

Información para padres  
de niños en edad escolar

## Mojar la cama



### ¿Mojar su niño la cama mientras duerme? Aquí hay algunas cosas que usted puede hacer para ayudar a su niño.

Para la edad de 5 años la mayoría de los niños puede dormir toda la noche sin orinarse en la cama. Algunos niños, especialmente varones, pueden continuar orinándose en la cama hasta la adolescencia.

Déle a su niño suficiente bebidas durante el día (agua, jugos de frutas, leche), pero 2 horas antes de ir a la cama, limite la cantidad de bebidas que su niño toma.

Durante el día, motive que su niño vaya al baño a cada 1 ½ a 2 horas. Esto ayudará a que la vejiga del niño se agrande. Durante el día, su niño necesita orinar al menos cada 4 horas.

Motive a su niño a ir al baño antes de acostarse. Asegúrese que su niño puede ir al baño solo y en forma segura durante la noche.

Enséñele a su niño a cambiarse la ropa mojada y la ropa de cama. Los niños pequeños pueden necesitar ayuda para cambiar la ropa de cama. Usted puede usar plástico debajo de las sábanas para mantener el colchón seco.

No castigue o haga sentir al niño mal porque moja la cama. Los niños no mojan la cama a propósito. Es normal para algunos niños mojar la cama. Sus cuerpos no son suficientemente maduros para mantenerse secos toda la noche.

Si después de un mes de haber seguido estos consejos, su niño todavía moja la cama, por favor vea al médico o enfermera practicante.

Si su niño no se orinaba en la cama antes, pero comenzó a hacerlo hace poco tiempo, visite al médico o enfermera practicante. Mojar la cama es a veces una señal de que su niño tiene otro problema.

Nombre del niño \_\_\_\_\_

Enfermera de la escuela \_\_\_\_\_

Fecha \_\_\_\_\_

Escuela \_\_\_\_\_

Número de la escuela ( \_\_\_\_\_ ) \_\_\_\_\_



[www.scdhec.gov](http://www.scdhec.gov)

*Promoviendo y protegiendo la salud del público  
y del medio ambiente*

<http://www.scdhec.gov/health/mch/wcs>